

## Des journées désaturées

*Stress, le sentiment que j'éprouve chaque jour sans faute.*

*Anxiété, le sentiment que j'éprouve quand j'attends d'un projet ou d'un examen, une note haute.*

*Déception, le sentiment que j'éprouve envers moi-même quand je sais que j'aurais pu faire mieux.*

*Peur, le sentiment que j'éprouve quand je songe aux lendemains pluvieux.*

Je ne me rappelle plus quand cela a commencé,  
Mais chaque matin, je n'ai plus envie de me réveiller.  
Je ne trouve plus de raison pour sortir du lit,  
Toute mon énergie semble s'être affaiblie.

Je n'ai plus envie de travailler,  
Tous ces devoirs, ces examens, pour dans quel but?  
Pour continuer des études qui prolongeront cette souffrance absolue?  
Parce que dans ce monde sans pitié, on doit survivre en se trouvant un métier.

Ce qui me manque, c'est la motivation.  
À la base, l'humain est paresseux.  
Je suis donc victime, tout comme les autres malchanceux,  
Car la procrastination priorise les relaxantes distractions.

*Stress, le sentiment que j'éprouve chaque jour sans faute.*

*Anxiété, le sentiment que j'éprouve quand j'attends d'un projet ou d'un examen, une note haute.*

*Déception, le sentiment que j'éprouve envers moi-même quand je sais que j'aurais pu faire mieux.*

*Peur, le sentiment que j'éprouve quand je songe aux lendemains pluvieux.*

Tout me stresse, je me sens en détresse.  
Le passé, le présent, le futur.  
Tout est devenu une faiblesse.  
L'avenir m'a l'air d'une torture.

Toujours couchée, je réfléchis à ce qui s'est passé,  
Où est partie mon enfance remplie de joie et de chaleur?  
Moi, je le sais, l'illusion de conte de fée s'est écroulée.  
« L'ignorance, c'est le bonheur! »

Mais, je me lève tout de même pour affronter l'univers froid;  
Car je sais que si je ne me lève pas, mes parents seront déçus de moi,  
Car je sais qu'en voyant mes ami.e.s, je retrouverai le sourire,  
Car je sais que lorsque le stress se retire, la vie n'est pas si pire.